

**PENGARUH METODE *CIRCUIT TRAINING* MELALUI POLA SELINGAN
LARI 30" TERHADAP PENINGKATAN *VO2MAX***

(Studi Eksperimen Pada SSB IPI GS Bandung)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Oleh:

**SANDI SUNANDAR
1100326**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAKHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAKHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2016**

**PENGARUH METODE *CIRCUIT TRAINING* MELALUI POLA SELINGAN
LARI 30" TERHADAP PENINGKATAN *VO2Max***

Oleh
Sandi Sunandar
NIM. 1100326

Sebuah Skripsi yang Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

© Sandi Sunandar 2016
Universitas Pendidikan Indonesia

Januari 2016

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya, atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, diphotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis

SANDI SUNANDAR

**PENGARUH METODE *CIRCUIT TRAINING* MELALUI POLA SELINGAN
LARI 30" TERHADAP PENINGKATAN *VO2MAX***

(Studi Eksperimen Pada SSB IPI GS Bandung)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I

Dr. Dikdik Zafar Sidik, M.Pd.

NIP. 1966812181994021001

Pembimbing II

Muhamad Tafaqur, M.Pd.

NIP. 197810052009121003

Mengetahui,

Ketua Departemen Pendidikan Kepeleatihan

Dr. Komarudin, M.Pd.

NIP. 197204031999031003